

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием (полдни) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ Волгограда

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,62	458,41	

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	9,41	6,80	73,20	391,10	

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	100					Сборник рецептов или ТТК

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	6,66	6,60	89,48	445,36	

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100					Сборник рецептур или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,60	458,41	

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептур или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	9,41	6,80	73,20	391,10	

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	100					Сборник рецептур или ТТК
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблок)	200					Сборник рецептур или ТТК
Итого за прием пищи:	300	6,66	6,60	89,48	445,36	

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
СЛАДКАЯ БУЛОЧКА	100					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,94	10,09	84,62	458,41	

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,61	5,60	74,70	380,20	

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	10,14	11,39	82,30	471,61	

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда		Пищевые вещества				

	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ	100					Сборник рецептов или ТТК
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	6,56	6,40	90,18	442,96	

11 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	100					Сборник рецептов или ТТК
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,61	5,60	74,70	380,20	

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Технологическая документация
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник						
ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	100					Сборник рецептов или ТТК
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200					Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	10,14	11,39	82,30	471,61	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	98,02	97,45	983,38	5 194,73

Среднее значение за период	8,17	8,12	81,95	432,89
Соотношение пищевых веществ	1	1	4	

Документ подписан электронной подписью

 12.01.2025 15:53:01	<p>Пользователь: ИВАНОВА ИРИНА ВАЛЕНТИНОВНА, ДИРЕКТОР</p> <p>Сертификат: 024279990011b289a74c85de08e12d3b03</p> <p>Выдан: Федеральная налоговая служба</p> <p>Период действия сертификата: с 22.10.2024 по 22.01.2026</p>	<p>ООО "ВЕНЕРА"</p>
 13.01.2025 09:01:00	<p>Пользователь: Ляпина Елена Юрьевна, директор</p> <p>Сертификат: 259c9c91200ae7c5a183dc0415273759</p> <p>Выдан: Федеральное казначейство</p> <p>Период действия сертификата: с 19.08.2024 по 12.11.2025</p>	<p>МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ГИМНАЗИЯ № 15 СОВЕТСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"</p>